الرضا الحركي وعلاقته بالمستوى الرقمي في بعض مسابقات ألعاب القوى لطلبة كلية التربية الرياضية بالجامعة الأردنية

رامي صالح حلاوة*

ملخص

هدف البحث إلى التعرف إلى مستوى الرضا الحركي لدى طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الاردنية الذكور والإناث والفروق بينهما، وكذلك التعرف إلى الفروق في مستوى الرضا الحركي لدى الذكور والإناث تبعاً لمتغير الطول والوزن والمرحلة الدراسية، وأيضاً إلى التعرف إلى العلاقة بين الرضا الحركي والمستوى الرقمي لبعض مسابقات ألعاب القوى (عدو 100م، الوثب الطويل، قذف القرص، دفع الكرة الحديدية، 110م. حواجز للرجال، 100م. حواجز للسيدات.)، حيث تم تطبيق المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي على عينة قوامها (121)، (64 طالباً و57طالبة) من طلبة كلية التربية الرياضية المسجلين لمساقات ألعاب القوى، وقد طبق خلال الدراسة مقياس (نلسون وألن) للرضا الحركي.

أشارت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الرضا الحركي جاء بدرجة عالية عند الذكور وبدرجة متوسطة عند الإناث، وتبين كذلك من نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائيا في الرضا الحركي بين الذكور والإناث ولصالح الذكور، وأشارت أيضاً إلى عدم وجود فروق في مستوى الرضا الحركي لدى الذكور ولدى الإناث تعزى لمتغير الطول والوزن، وهنالك فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا الحركي تعزى لمتغير المرحلة الدراسية لدى الذكور والإناث، وأسفرت النتائج أيضاً إلى وجود علاقة ارتباط بين الرضا الحركي وبين المستوى الرقمي لمسابقات ألعاب القوى قيد الدراسة.

وأوصت الدراسة بضرورة تعزيز مفهوم الرضا الحركي لدى الطلبة لما له دور فاعل في إنجاز أفضل لمسابقات ألعاب القوى قيد البحث.

الكلمات الدالة: الرضا الحركي، ألعاب القوى.

---

* **كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية.**

تاريخ تقديم البحث: 2009/4/29. **تاريخ قبول البحث: 2010/2/28.**

Motion satisfaction in relation to

Performance for track and field activities for the students of faculty of physical Education at the University of Jordan

Rami Saleh Hhalaweh

Abstract

The purpose of this study was to investigate Motion satisfaction Indicators in relation to Performance for track and field activities for the students of faculty of physical Education at the University of Jordan and to investigate differences in the satisfaction indicators according to, height, weight, year level . It also almed at investigating the relationship between motion satisfaction and the performance in some track and field activities (running100m.,long jump, discus throw) shut put push ,110 m hurdles for men ,100 hurdles for women. The descriptive approach was used.

The sample consisted of 121 students (64 males& 57femlaes) of track and field courses.

Nelson &Alen inventory scale for satisfaction was applied. Results showed that; motion satisfaction for male was high, while it was moderate for females; significant differences according to gender in favor of males; no significant differences observed according to height nor weight concerning males or differences were observed according to year level for males and for females. There were significant relationships between motion satisfaction and track and its field activities.

It was recommended to enhance the concept of motion satisfaction, Its active role in performance for the different track and field activities.

Keywords: Motion satisfaction , track and field.

مقدمة وأهمية البحث

إن موضوع الرضا الحركي من أهم العوامل النفسية التي يسعى علم النفس الرياضي لتحقيقه عند اللاعبين أو المتعلمين للمهارات الحركية لما له من أهمية كبيرة في تحديد الميول والدافع لممارسة بعض الأنشطة الرياضية دون غيرها، إذ إن الرضا أيضاً يساعد في استثمار الفرد لقدراته وامكاناته الحركية، فرضا الفرد عن حركاته عامل مهم في تحقيق النجاح والتقدم في أداء مهارات الانشطة الحركية المختلفة مما يؤدي إلى زيادة الاهتمام والرغبة في الاستمرار، والإنجاز الأفضل.

وإلى هذا أشار الضَمد (2003) بأن النشء في مجال التربية الرياضية وفي كل مجال من مجالات الحياة يحتاجون إعداداً نفسياً مناسباً وتدريباً فعالاً لكي يكون عندهم البراعة والكفاءة، ولكي يكونوا قادرين على العمل والأداء كأفراد وجماعات وخاصة في مجال الرياضة والنشاط البدني.

وهذا ما أكده راتب (2001) والطالب (1992) بأن الأداء المثالي للرياضي يتطلب الإعداد النفسي، وهذا يتحقق من خلال تطوير المهارات والعوامل النفسية مثل تركيز الانتباه، والثقة بالنفس والرضا عن الأداء ومواجهة الضغوط النفسية والتصور العقلي.

وهذا ما وضحه فوزي (2006) بأن الحاجة من قبل الرياضي إلى الشعور بالرضا من أهم الحوافز التي تحرك الدافع نحو ممارسة الأنشطة الرياضية وتعلم مهاراتها بصورة سليمة، اذ كلما تمتع الرياضي بثقة ورضا تام عن مهاراته وأدائه استطاع أن يحدد لنفسه أهدافاً تتناسب مع قدراته الحركية والبدنية ونوع السلوك المتوقع في مختلف المواقف الرياضية المستقبلية.

كما أشار محمود (1989) عن singer إلى أنه من أهم العوامل التي تسهم في تحقيق المستوى الجيد للرياضي هو شعوره بالرضا عن مستواه الحركي في الأداء الرياضي، حيث يرتبط النجاح والإنجاز الجيد في عملية تعلم المهارات الحركية في مختلف الأنشطة بالرضا، وهو من الدوافع المهمة للاهتمام بالنشاط البدني وحافز قوي للشعور بالسعادة والمتعة لممارسة وتعلم تلك الأنشطة.

ويؤكدالمهندس (1990) والحياني (1998) إلى أن خبرات اللاعب السابقة في النجاح والرضا في أي نشاط تؤدي إلى زيادة الاستعداد والرغبة في الاستمرار في عملية تحسين المستوى للأفضل مما يتيح الفرصة لتحسين مهاراته الحركية والشعور بالثقة نتيجة تحقيق الأهداف.

ويشير علأوي (1997) ومحمد (1984) بأن للمدرس والمدرب الرياضي في مجال تعليم المهارات الحركية دوراً هاماً في وصول المتعلم إلى خبرات سارة ومرضية عن طريق استخدام أحسن طرق التعليم

للمهارات في مجال التربية الرياضية، مما يؤدي إلى تحقيق المتعلم إلى رضا تام وخبرة تعليمية شاملة وسارة فيحقق بالتالي شيئاً من الرضا الحركي.

وبما أن ألعاب القوى تتميز بأدائها الصعب في مختلف مسابقاتها ومهاراتها الحركية فإنها تعتمد بالأصل على قدرات اللاعب البدنية بصورة خاصة، ولتحقيق الإنجاز ومستوى أداء جيد لهذه الفعاليات لابد من اللاعب والمتعلم امتلاك قدرات ومهارات نفسية خاصة تتزامن مع قدراته البدنية، فالرضا عن الأداء في مثل هذه الفعاليات يجعله محباً للأنشطة الحركية وبذلك يستطيع تحقيق رغباته وطموحاته.

ويؤكد الربضي (2000) بأن خصوصية رياضة ألعاب القوى من حيث الفعاليات الممارسة فيها تفرض على الرياضي خلق نوع من التوازن بين قدراته البدنية وقوة التصميم والإرادة وأن يتمالك نفسه حتى يحقق مستوى جيد في تعلم الأداء المهاري في هذه المسابقات، وهذا ما يؤدي إلى تقليل الصعوبات الخاصة المرتبطة بالتكنيك والإعداد البدني مما يجعل المتعلم أكثر ثقة ورضا عن أدائه.

ومن هنا برزت أهمية الدراسة للتعرف إلى مؤشرات مستوى الرضا الحركي لدى الطلاب من الذكور والإناث في بعض مسابقات ألعاب القوى، وقد تقدم بعض المعلومات الموضوعية عن الشعور بالرضا نحو المهارات في مجال ألعاب القوى بمختلف فعالياتها.

مشكلة البحث

إن الاهتمام عداد طلبة كليات التربية الرياضية لايتوقف فقط عند اعداده بدنياً لتعليمه النواحي الفنية والمهارية فقط بل يتعدى ذلك إلى بنائه بصورة متكاملة من جميع النواحي ويشمل شخصيته في جميع جوانبها من أجل خلق جيل متعلم متزن، وهذا ما تهدف إليه التربية الرياضية كونها علماً مرتبطاً ارتباطاً وثيقاً بمختلف العلوم، ومن هذه العلوم علم النفس الرياضي الذي له الدور في تكوين شخصيته الرياضية المتزنة في جميع جوانبها.

ويعد العامل النفسي أحدى الجوانب الرئيسية لدى المتعلم لمسابقات ألعاب القوى، كونه يؤهلهم لأداء الجوانب البدنية والحركية والمهارية بمعدلات مناسبة، حيث تتميز فعاليات ألعاب القوى عن الألعاب الأخرى بأنها تعتمد على العوامل النفسية بقدر اعتمادها على الجوانب الفنية والبدنية خاصةً في فعاليات الميدان (الوثب أو الرمي).

وتعد الحاجة إلى الشعور بالرضا عن الأداء من أهم الحاجات التي تحرك الدوافع نحو التعلم والاستمرار في التعلم وممارسة رياضة ألعاب القوى خاصة عند طلبة كليات التربية الرياضية، إذ كلما امتلك الطالب الرضا عن أدائه الحركي ووجود ثقة عالية بالنفس استطاع ان يضع لنفسه أهدافاً تتناسب مع قدراته ويكون أكثر فاعلية في تصحيح الأخطاء أثناء عملية التعلم.

ومن خلال خبرة الباحث في مجال ألعاب القوى (لاعب، مدرب، مدرس) لاحظ أن مشكلة الدراسة قد تبلورت في وجود قصور لدى طلبة كليات التربية الرياضية في فهم مستوى رضاهم عن حركاتهم بالشكل الذي ينعكس على أدائهم في تعلم فعاليات ألعاب القوى، مما قد يؤثر على تقدمهم وانجازهم الشخصي في التعلم، وعدم وجود الثقة لدى بعضهم بإمكانية تعلم بعض الفعاليات لصعوبتها، ومن هنا جاءت مشكلة الدراسة في وضع الحلول المناسبة لهذه الظاهرة، وإظهار مستوى الرضا الحركي لدى الطلبة ومدى علاقة ذلك على مستوى أدائهم وإنجازهم في بعض فعاليات ألعاب القوى قيد الدراسة، حتى يكون الطالب في حالة أفضل أداء من الناحية النفسية والبدنية والحركية.

أهداف البحث

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على:

1- مستوى الرضا الحركي لطلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية.
2- الفروق في مستوى الرضا الحركي بين طلبة كلية التربية الرياضية تبعاً لمتغير الجنس.
3- الفروق في مستوى الرضا الحركي تبعاً لمتغير الطول والوزن للذكور والإناث.
4- الفروق في مستوى الرضا الحركي تبعاً لمتغير مستوى المرحلة الدراسية للذكور والإناث.
5- العلاقة بين مستوى الرضا الحركي وبين المستوى الرقمي في بعض مسابقات ألعاب القوى للذكور والإناث.

تساؤلات البحث

1. ما مستوى الرضا الحركي عند طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية للذكور والإناث.
2. هل توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الرضا الحركي بين طلبة كلية التربية الرياضية تبعاً لمتغير الجنس؟
3. هل توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الرضا الحركي تبعاً لمتغير الطول والوزن للذكور والإناث؟
4. هل توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الرضا الحركي تبعاً لمتغير مستوى المرحلة الدراسية للذكور والإناث؟
5. هل توجد علاقة دالة إحصائيا بين مستوى الرضا الحركي والمستوى الرقمي في بعض مسابقات ألعاب القوى للذكور والإناث؟

الدراسات المرتبطة

قامت العزب (1981) بدراسة بعنوان "الرضا عن مادة السباحة بكليات التربية الرياضية وعلاقته ببعض المتغيرات" حيث هدفت الدراسة إلى التعرف إلى مستوى الرضا في مادة السباحة وعلى مستوى الطموح للطلبة،اجريت الدراسة على عينة قوامها (432) من طلاب وطالبات كلية التربية الرياضية في جامعة حلوان، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي باستخدام مقياس الرضا للدكتور وجيه إبراهيم(1976)، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الطالبات الأكثر رضاً أكثر طموحا من فئة الطلاب، وان الطلاب الاكثر رضا اكثر تحصيلاً، وقد أوصت الدراسة إلى ضرورة الاهتمام برفع درجة الرضا عند الطلبة لما له الدور في التحصيل والطموح في مختلف الرياضات وخاصة السباحة.

كما أجرى **(زيد ودرويش، 1985)** دراسة بعنوان "الفروق في مفهوم الذات الجسمية تبعاً للمستوى الرقمي لدى لاعبي الرمي في ألعاب القوى" هدفت للتعرف إلى الفروق في مفهوم الذات الجسمية تبعا للمستوى الرقمي لدى لاعبي الرمي في ألعاب القوى، تكونت عينة البحث من أربعة لاعبين تم اختيارهم بالطريقة العمدية من لاعبي المستوى الدولي والدرجة الأولى–القاهرة. تم استخدام مقياس مفهوم الذات الجسمية لعلأوي (1981)، وكانت أهم النتائج أن ممارسة النشاط الرياضي تساعد على إكساب اللاعبين مفهوما إيجابيا نحو الذات الجسمية وكذلك تختلف درجة مفهوم الذات الجسمية تبعا لاختلاف مستوى الأداء الرياضي للاعبين، ومن أهم التوصيات ضرورة تحسين ورفع المستوى الرياضي للاعبي الرمي والرياضات الأخرى، ومساعدتهم في التنمية الشاملة المتزنة لأجسامهم، مما قد يسهل اكتسابهم مفهوما إيجابيا نحو أجسامهم.

قام حكيم (1990) بدراسة بعنوان"مؤشرات الرضا الحركي للاعبين الناشئين بمراكز التدريب في مصر" حيث هدفت إلى التعرف على مؤشرات الرضا الحركي لدى اللاعبين الناشئين بمراكز التدريب في مصر، اشتملت عينة الدراسة على لاعبين ناشئين يمارسون (ألعاب القوى، كرة اليد، كرة الطائرة، كرة السلة، الجمباز، الملاكمة، كرة القدم، رفع الأثقال، تنس الطأولة) حيث تم اختيار 30 لاعب من كل لعبة، وقد استخدمت الدراسة مقياس تنر(Tainer) للرضا الحركي، وقد أشارت النتائج إلى أن مؤشرات الرضا الحركي كانت إيجابية في جميع الألعاب الرياضية قيد الدراسة.

وقام إبراهيم (1995) بدراسة بعنوان" مؤشر الرضا الحركي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الاساسي" هدفت إلى التعرف على مستوى الرضا الحركي والفرق في الرضا بين طلبة الصفوف الرابع والخامس والسادس من مرحلة التعليم الأساسية في الاردن، حيث طبق الباحث على عينة الدراسة مقياس (تنر) للرضا الحركي، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى ان مؤشرات الرضا الحركي كانت ايجابية لدى العينة في كافة الصفوف، ووجود فروق دالة إحصائيا في مستوى الرضا الحركي بين مختلف الصفوف في مرحلة

التعليم الأساسية، وقد أوصت الدراسة بضرورة رفع والعمل على زيادة الثقة والرضا لدى طلبة هده المرحلة من مراحل التعليم.

قام كل من الشيخو وحسين (2002) بدراسة بعنوان"دراسة الفروق في مستوى الرضا الحركي في مادة ألعاب الساحة والميدان بين طالبات كلية التربية الرياضية" حيث هدفت إلى التعرف إلى الفروق في مستوى الرضا الحركي في ألعاب الساحة والميدان بين طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة الموصل، حيث اشتملت عينة الدراسة على 17 طالبة يمثلن المراحل الدراسية الأولى والثانية والثالثة تم اختيارهن بالطريقة العمدية عام (2000/1999) بإستخدام مقياس نلسون وألن(Nelson and Alen) للرضا الحركي واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالطريقة المسحية، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى الرضا الحركي بين المراحل الدراسية المختلفة ولصالح المرحلة الدراسية الثانية.

وقام الحياني والخشاب (2005) بدراسة بعنوان" بناء مقياس للرضا الحركي في المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم الناشئين" حيث هدفت الدراسة إلى بناء مقياس للرضا الحركي في المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم الناشئين، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي على عينة قوامها(42) لاعب ناشىء من لاعبي محافظة نينوى، حيث توصلت نتائج الدراسة إلى بناء مقياس للرضا الحركي باتباع الخطوات العلمية والتوصل إلى الصيغة النهائية للمقياس حيث اشتمل على 36 فقرة ، 18 منها ايجابية و 18 سلبية، حيث تمتع المقياس بمعاملات صدق وثبات عالية، وأوصت الدراسة باستخدام المقياس في التعرف إلى الرضا الحركي في المهارات الأساسية .

التعليق على الدراسات المرتبطة:

من خلال ما سبق عرضه من دراسات سابقة مرتبطة وإطلاع الباحث عليها تبين مايلي:

من حيث الأهداف: يتضح بأن معظم الدراسات السابقة قد حأولت التعرف إلى مستويات ومؤشرات الرضا الحركي لدى اللاعبين أصحاب المستويات العالية والناشئين في مختلف الألعاب الرياضية التنافسية وعلاقته بالإنجاز.

من حيث المنهج: اتفقت معظم هذه الدراسات على استخدام المنهج الوصفي بالطريقة المسحية،حيث تم الاستفادة من المنهج في الدراسة الحالية للباحث.

من حيث النتائج: إن معظم نتائج الدراسات السابقة عكست وجود ارتباط قوي بين الرضا الحركي والإنجاز في مختلف الألعاب الرياضية التنافسية وفي تعلم المهارات الحركية لدى الفئات العمرية المختلفة، ومن هذه النتائج تم الاستفادة في تدعيم ومناقشة نتائج الدراسة الحالية.

وأهم ما يميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة المرتبطة التي تطرقت معظمها إلى الرضا الحركي للاعبين على مستوى الإنجاز،أما الدراسة الحالية فتطرقت إلى مؤشرات الرضا الحركي التي يمكن أن تؤثر في ممارسة وتعلم مسابقات ألعاب القوى من اجل تحقيق مستوى من الرضا لدى الطلبة حيث أنها تخلق نوع من التوازن من جميع الجوانب لديهم.وكذلك تميزت هذه الدراسة بأنها ركزت على الرضا الحركي وعلاقته بالمستوى الرقمي لمجموعة من مسابقات ألعاب القوى بشكل مستقل لكل مسابقة.

مصطلحات البحث

الرضا الحركي: إحساس الطالب أو المتعلم بقدرته على أداء المهارات الحركية للانشطة البدنية بدرجة من الفاعلية والشعور بالرضا والمتعة نتيجة هذا الأداء وفق مقياس الرضا الحركي المستخدم قيد هذه الدراسة " تعريف اجرائي".

أو هو حصيلة المشاعر الوجدانية التي يشعر بها الفرد نحو نشاط معين وتعبر عن مدى الاشباع المناسب لحاجاته وتحقيق أهدافه التي من أجلها يلتحق بهذا النشاط البدني.(محمود 1989).

مجالات البحث

المجال المكاني : كلية التربية الرياضية في الجامعة الاردنية،مضمار وميدان ألعاب القوى.

المجال الزماني : الفصل الدراسي الثاني والفصل الدراسي الصيفي للعام الجامعي (2007-2008).

المجال البشري: طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية المسجلين لمساقات ألعاب القوى من الجنسين.

اجراءات البحث:

منهج البحث

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لمناسبته لطبيعة البحث.

مجتمع البحث

تكون مجتمع البحث من طلاب وطالبات كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية والمسجلين رسمياً في الفصل الدراسي الثاني والفصل الدراسي الصيفي للعام الجامعي 2008/2007 .

عينة البحث

تكونت عينة البحث من (64) طالباً و(57) طالبةً بما مجموعه (121) طالباً وطالبةً تم اختيارهم بالطريقة العمدية من الطلبة المسجلين لمساقات ألعاب القوى خلال الفصل الدراسي الثاني والفصل الدراسي الصيفي من العام الجامعي 2008/2007، والجدول (1) و(2) يبين توصيف عينة الدراسة للذكور والإناث من حيث المتغيرات الطول والوزن ومستوى المرحلة الدراسية.

جدول (1) توصيف عينة الذكور حسب المتغيرات الديمغرافية

المتغير	المرحلة	العدد	النسبة %	معامل الإلتواء
مستوى المرحلة الدراسية	أولى	33	51.6	
	ثانية	10	15.6	
	ثالثة	15	23.4	
	رابعة	6	9.4	
	المجموع	64	100	
الطول (سم)	أقل من 180 سم	45	70.3	0.55
	180 سم فما فوق	19	29.7	
	المجموع	64	100	
الوزن (كغم)	أقل من 70 كغم	38	59.4	0.57−
	70 كغم فما فوق	26	40.6	
	المجموع	64	100	

جدول (2) توصيف عينة الإناث حسب المتغيرات الديمغرافية

المتغير	المرحلة	العدد	النسبة	معامل الإلتواء
مستوى المرحلة الدراسية	أولى	14	24.6	
	ثانية	26	45.6	
	ثالثة	13	22.8	
	رابعة	4	7.0	
	المجموع	57	100	
الطول(سم)	أقل من 165 سم	40	70.2	1.89 −
	165 سم فما فوق	17	29.8	
	المجموع	57	100	
الوزن (كغم)	أقل من 55 كغم	31	54.4	0.77
	55 كغم فما فوق	26	45.6	
	المجموع	57	100	

أدوات جمع البيانات:

أولاً: مقياس الرضا الحركي

استخدم الباحث مقياس Nelson و Allen لقياس مستوى الرضا الحركي،حيث المقياس اقتبس وعدل من قبل محمد حسن علأوي، ويتكون المقياس من(30) عبارة يقوم الطالب بالاجابة على العبارات بمقياس خماسي التدرج (ينطبق بدرجة كبيرة جداً، بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة،بدرجة قليلة، بدرجة قليلة جداً (علأوي1997).

وقد اعتمد الباحث التقسيم التالي للنسب المئوية للرضا الحركي

من 80% – 100 % مستوى أول.

من 60 % – أقل من 80 % مستوى ثاني.

أقل من 60 % مستوى ثالث.

ثانياً:اختبارات المستوى الرقمي في مسابقات ألعاب القوى،"الانجاز".

تم تسجيل المستوى الرقمي(الإنجاز) لكل طالب وطالبة من عينة الدراسة من خلال الأختبارات العملية التي يخضع لها الطلبة ضمن مساقات ألعاب القوى في كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية وذلك في المسابقات التالية:

- عدو 100 متر من البدء المنخفض.(ثانية)
- مسافة الوثب الطويل.(متر)
- مسافة دفع الكرة الحديدية.(وزن 7,260كغم للطلاب و4كغم للطالبات)،(متر).
- مسافة قذف القرص.(2كغم للطلاب و 1كغم للطالبات).(متر).
- 110 متر.حواجز للطلاب.(ثانية).
- 100 متر. حواجز للطالبات.(ثانية).

المعاملات العلمية لمقياس الرضا الحركي:

أولاً:صدق المقياس

ان مقياس الرضا الحركي المستخدم في الدراسة الحالية له معاملات ثبات وصدق عالية في العديد من الدراسات التي اجريت في الاردن وفي البيئة العربية بشكل عام، وقام الباحث بايجاد صدق المحتوى للمقياس عن طريق عرضه على مجموعة من الخبراء في مجال التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي

وألعاب القوى اصحاب خبرة طويلة في هذا المجال(ملحق1)، حيث اكدوا إلى صلاحية المقياس المستخدم لقياس الرضا الحركي ومناسبته لافراد عينة البحث، حيث طلب من كل محكم أن يعطي درجة من عشر لكل فقرة من فقرات المقياس لبيان مدى مناسبة العبارات لقياس الرضا الحركي ومن ثم تم أخذ المتوسط الحسابي للفقرات الثلاثين لكل محكم حيث كانت النسبة المئوية لمتوسط تقديرات المحكمين نسبة عالية وهي 91,9% وهذا ما يشير إلى أن المقياس المستخدم مناسب لقياس الرضا الحركي. والجدول التالي يوضح ذلك.

النسبة المئوية لمتوسطات تقديرات المحكمين على مقياس الرضا الحركي

المحكم	النسبة المئوية للمتوسط الحسابي ٪
الأول	٪ 92.0
الثاني	٪ 93.3
الثالث	٪ 90.0
الرابع	٪ 90.3
الخامس	٪ 93.7
الكلي لجميع المحكمين	٪ 91.9

ومن ناحية اخرى قام الباحث بايجاد الصدق عن طريق معادلة الفا كرونباخ للاتساق الداخلي بتاريخ 25-2-2008، حيث بلغت 0.931 وتبين هذه القيمة وجود اتساق داخلي دال إحصائيا وبالتالي مناسبة استخدام المقياس لتحقيق اهداف هذا البحث.

ثانياً: ثبات المقياس

للتأكد من ثبات استخدم الباحث تطبيق المقياس وإعادة تطبيقه (Test-R.Test)، على عينة مكونة من(14) طالباً من مجتمع البحث خارج أفراد عينة البحث الأساسية، حيث تم تطبيق المقياس مرتين متتاليتين وبفاصل زمني مدته (5) أيام بالفترة مابين 25-2-2008 إلى 2-3-2008، والجدول (3) التالي يوضح معاملات الثبات.

جدول (3) معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس الرضا الحركي ن = 14

تطبيق أول		تطبيق ثاني		معامل الارتباط	مستوى الدلالة
المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
4.12	0.45	4.03	0.68	*0.847	0.003

*قيمة معامل الارتباط الجدولية عند مستوى 0.05 = 0.532

يبين الجدول(3) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس الرضا الحركي، وتشير قيمة معامل الارتباط والتي بلغت 0.847 إلى وجود ارتباط قوي دال إحصائيا عند مستوى 0.05 مما يعكس مناسبة المقياس لاغراض الدراسة.

المعالجات الإحصائية

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- اختبار ت (T.Test).
- تحليل التباين الأحادي.
- اختبار شيفيه.
- معامل ارتباط بيرسون.
- معادلة الفا كرونباخ.

عرض النتائج ومناقشتها:

أولاً: عرض النتائج

جدول(4) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري

والنسب المئوية لكل فقرة من فقرات الرضا الحركي للذكور

الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية	المستوى
1- زملائي يعتقدون ان قدرتي على الحركة جيدة	3.84	0.76	76.80	الثاني
2- أستطيع تعلم المهارات الحركية بسهولة	3.63	0.60	72.60	الثاني
3- عندي قدرة على المحافظة على اتزان جسمي أثناء ادائي لبعض المهارات	3.55	0.85	71.00	الثاني
4- أستطيع الوثب عاليا لارتفاع مناسب	3.33	0.84	66.60	الثاني
5- لدي القدرة على الجري بسرعة	3.81	0.73	76.20	الثاني
6- أستطيع القيام بالحركات التي تتطلب الرشاقة	3.44	0.79	68.80	الثاني
7- قدرتي جيدة على تعلم مهارات حركية جديدة	3.63	0.72	72.60	الثاني
8- أستطيع الاحتفاظ بتوازني من الثبات	3.61	0.70	72.20	الثاني
9- لدي القدرة على التحرك بخفة ورشاقة	3.31	0.75	66.20	الثاني
10- أستطيع رمي كرة تنس لمسافة كبيرة جداً	3.75	0.76	75.00	الثاني
11- أستطيع الاحتفاظ بتوازني بالوقوف على قدم واحدة لفترة معقولة	3.58	0.92	71.60	الثاني
12- أستطيع التحرك بسرعة حول بعض العوائق أو الموانع	3.48	0.71	69.60	الثاني

الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية	المستوى
13- لدي القدرة على الاشتراك في بعض الانشطة الحركية دون الخوف من السقوط على الارض	3.80	0.86	76.00	الثاني
14- أستطيع ثني ومد جسمي بسهولة	3.78	1.00	75.60	الثاني
15- أستطيع ان اقوم بحركات بدنية افضل من معظم زملائي	3.47	0.73	69.40	الثاني
16- أستطيع أداء الحركات البدنية العنيفة	3.44	1.07	68.80	الثاني
17- أستطيع السباحة لمسافة طويلة	2.78	1.21	55.60	الثالث
18- أستطيع ان اشترك في بضع الانشطة البدنية التي تتطلب مستوى عالي من المهارة الحركية	3.19	0.85	63.80	الثاني
19- أستطيع الاشتراك في النشاط البدني لفترة طويلة دون الشعور بالتعب	3.28	0.81	65.60	الثاني
20- لي قدرة على تحريك جسمي بكفاءة في مختلف الاتجاهات	3.53	0.78	70.60	الثاني
21- عندي ثقة واضحة في قدراتي الحركية	3.83	0.61	76.60	الثاني
22- أنا راضي تماما عن قدراتي الحركية	3.34	0.95	66.80	الثاني
23- أستطيع حفظ توازني أثناء المشي	4.47	0.67	89.40	الأول
24- لي قدرة على التحرك برشاقة على ايقاع الموسيقى	2.78	1.20	55.60	الثالث
25- أستطيع أداء بعض الحركات الرشيقة عندما أرغب في ذلك	3.50	0.91	70.00	الثاني

الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية	المستوى
26- أستطيع تقدير المسافات بيني وبين الزملاء الآخرين أثناء الحركة	3.64	0.63	72.80	الثاني
27- أستطيع القيام باسترخاء جسمي عندما أرغب في ذلك	4.03	0.71	80.60	الأول
28- أستطيع استخدام كلا من الذراعين والرجلين في وقت واحد عندما يتطلب الأمر ذلك	3.53	1.14	70.60	الثاني
29- أستطيع الوثب أماماً لمسافة معقولة	3.52	0.82	70.40	الثاني
30- أستطيع بذل مجهود بدني متواصل لفترة طويلة	3.64	0.86	72.80	الثاني
الكلي للرضا الحركي	3.55	0.47	71.00	

قيمة معامل الالتواء للرضا الحركي = - 0.198

يبين الجدول (4) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية لكل فقرة من فقرات الرضا الحركي للذكور وباستعراض ترتيب الفقرات نجد أن الفقرة الثالثة والعشرين والتي تنص على "أستطيع حفظ توازني أثناء المشي "قد احتلت االترتيب الأول بين الفقرات بمتوسط حسابي 4.47 حيث مثل هذا المتوسط نسبة مئوية بلغت 89.4% بينما احتلت الفقرة الرابعة والعشرون والتي تنص على" لي قدرة على التحرك برشاقة على ايقاع الموسيقى" المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي 2.78 وبنسبة مئوية بلغت 55.60% . أما بالنسبة للمتوسط الحسابي للرضا الحركي الكلي للذكور فقد بلغ 3.55 وبأهمية نسبيه 71.00% . ويتبين من الجدول كذلك ان معظم استجابات الطلاب لعبارات مقياس الرضا الحركي كانت تترأوح مابين 60% إلى80% بإستثناء الفقرة (17) و(24) حيث كانت الأهمية النسبية أقل من 60% اما الفقرة (23) و(27) كانت استجابات الطلبة عليهم بأهمية نسبية أكثر من 80%.

جدول (5) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري

والنسب المئوية لكل فقرة من فقرات الرضا الحركي للإناث

الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية	المستوى
1- زملائي يعتقدون ان قدرتي على الحركة جيدة	3.26	0.92	65.20	الثاني
2- أستطيع تعلم المهارات الحركية بسهولة	3.40	0.94	68.00	الثاني
3- عندي قدرة على المحافظة على اتزان جسمي أثناء ادائي لبعض المهارات	3.23	0.91	64.60	الثاني
4- أستطيع الوثب عاليا لارتفاع مناسب	3.00	0.89	60.00	الثاني
5- لدي القدرة على الجري بسرعة	3.19	1.14	63.80	الثاني
6- أستطيع القيام بالحركات التي تتطلب الرشاقة	3.44	0.91	68.80	الثاني
7- قدرتي جيدة على تعلم مهارات حركية جديدة	3.58	0.78	71.60	الثاني
8- أستطيع الاحتفاظ بتوازني من الثبات	3.51	0.87	70.20	الثاني
9- لدي القدرة على التحرك بخفة ورشاقة	3.54	0.78	70.80	الثاني
10- أستطيع رمي كرة تنس لمسافة كبيرة جداً	3.09	0.74	61.80	الثاني
11- أستطيع الاحتفاظ بتوازني بالوقوف على قدم واحدة لفترة معقولة	3.51	0.76	70.20	الثاني
12- أستطيع التحرك بسرعة حول بعض العوائق أو الموانع	3.14	0.83	62.80	الثاني
13- لدي القدرة على الاشتراك في بعض الانشطة الحركية دون الخوف من السقوط على الأرض	3.28	1.16	65.60	الثاني
14- أستطيع ثني ومد جسمي بسهولة	3.54	0.91	70.80	الثاني
15- أستطيع ان اقوم بحركات بدنية افضل من معظم زملائي	3.16	0.96	63.20	الثاني
16- أستطيع أداء الحركات البدنية العنيفة	2.46	1.10	49.20	الثالث
17- أستطيع السباحة لمسافة طويلة	2.84	1.33	56.80	الثالث
18- أستطيع أن اشترك في بضع الانشطة البدنية التي تتطلب مستوى عالي من المهارة الحركية	2.70	1.10	54.00	الثالث

الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الأهمية النسبية	المستوى
19- أستطيع الاشتراك في النشاط البدني لفترة طويلة دون الشعور بالتعب	2.77	0.91	55.40	الثالث
20- لي قدرة على تحريك جسمي بكفاءة في مختلف الاتجاهات	3.33	0.87	66.60	الثاني
21- عندي ثقة واضحة في قدراتي الحركية	3.30	1.00	66.00	الثاني
22- أنا راضي تماما عن قدراتي الحركية	3.12	1.39	62.40	الثاني
23- أستطيع حفظ توازني أثناء المشي	4.02	0.79	80.40	الأول
24- لي قدرة على التحرك برشاقة على ايقاع الموسيقى	4.79	6.10	95.80	الأول
25- أستطيع أداء بعض الحركات الرشيقة عندما أرغب في ذلك	3.82	0.83	76.40	الثاني
26- أستطيع تقدير المسافات بيني وبين الزملاء الاخرين أثناء الحركة	3.09	0.85	61.80	الثاني
27- أستطيع القيام باسترخاء جسمي عندما أرغب في ذلك	3.67	0.83	73.40	الثاني
28- أستطيع استخدام كلا من الذراعين والرجلين في وقت واحد عندما يتطلب الامر ذلك	3.40	0.73	68.00	الثاني
29- أستطيع الوثب اماماً لمسافة معقولة	3.02	0.79	60.40	الثاني
30- أستطيع بذل مجهود بدني متواصل لفترة طويلة	2.96	1.13	59.20	الثالث
الكلي للرضا الحركي	3.31	0.63	66.20	

قيمة معامل الالتواء للرضا الحركي = 0.607

يبين الجدول (5) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والنسب المئوية لكل فقرة من فقرات الرضا الحركي للإناث وباستعراض ترتيب الفقرات نجد أن الفقرة الرابعة والعشرين والتي تنص على "لي قدرة على التحرك برشاقة على ايقاع الموسيقى" قد احتلت االترتيب الأول بين الفقرات بمتوسط حسابي 4.79 حيث مثل هذا المتوسط نسبة مئوية بلغت 95.8% بينما احتلت الفقرة السادسة عشرة والتي

تنص على"أستطيع أداء الحركات البدنية العنيفة" المرتبة الاخيرة بمتوسط حسابي 2.46 وبنسبة مئوية بلغت 49.2%. اما بالنسبة للمتوسط الحسابي للرضا الحركي الكلي للإناث فقد بلغ 3.31 بأهمية نسبيه 66.20%. ويتضح من الجدول كذلك بأن إستجابات الطالبات لمعظم فقرات المقياس كانت تترأوح مابين نسبة 60% إلى80 % بإستثناء العبارات 23 و24 حيث كانت الأهمية النسبية أكثر من 80%، أما العبارات 16 و17 و18 و19 و30 من عبارات مقياس الرضا الحركي كانت من المستوى الثالث حيث شكلت أهمية نسبية أقل من 60%.

جدول (6) دلالة الفروق لمستوى الرضا الحركي تبعا لمتغير الجنس

الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
ذكور	3.55	0.47	2.43	0.016
اناث	3.31	0.63		

قيمة ت الجدولية عند مستوى 0.05 = 1.98

يبين الجدول (6) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاختبار ت للرضا الحركي تبعا لمتغير الجنس،وتشير قيمة ت المحسوبة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الرضا الحركي حيث بلغت قيمة ت المحسوبة 2.43 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى 0.05 وأن هذه الدلالة كانت لصالح الذكور.

جدول (7) دلالة الفروق لمستوى الرضا الحركي بين الذكور تبعا لمتغير الطول

الطول	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
أقل من 180	3.52	0.52	0.85	0.394
180 فما فوق	3.63	0.32		

قيمة ت الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.00

يبين الجدول(7) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاختبار ت للرضا الحركي تبعا لمتغير الطول للذكور وتبين قيمة ت المحسوبة والبالغة 0.85 عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا الحركي عند مستوى 0.05 بين الذكور تعزى لمتغير الطول حيث كانت قيمة ت المحسوبة أقل من القيمة الجدولية.

جدول (8) دلالة الفروق لمستوى الرضا الحركي بين الإناث تبعا لمتغير الطول

الطول	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
أقل من 165	3.30	0.68	0.046	0.964
165 فما فوق	3.31	0.49		

قيمة ت الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.01

يبين الجدول(8) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاختبار ت للرضا الحركي تبعا لمتغير الطول للإناث وتبين قيمة ت المحسوبة والبالغة 0.046 عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا الحركي عند مستوى 0.05 بين الإناث تعزى لمتغير الطول حيث كانت قيمة ت المحسوبة أقل من القيمة الجدولية.

جدول(9) دلالة الفروق لمستوى الرضا الحركي بين الذكور تبعا لمتغير الوزن

الوزن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
أقل من 70	3.64	0.46	1.83	0.072
70 فما فوق	3.42	0.47		

قيمة ت الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.00

يبين الجدول(9) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاختبار ت للرضا الحركي تبعا لمتغير الوزن للذكور وتبين قيمة ت المحسوبة والبالغة 1.83 عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا الحركي عند مستوى 0.05 بين الذكور تعزى لمتغير الوزن حيث كانت قيمة ت المحسوبة أقل من القيمة الجدولية.

جدول (10) دلالة الفروق لمستوى الرضا الحركي بين الإناث تبعا لمتغير الوزن

الوزن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
أقل من 70	3.45	0.68	1.94	0.057
70 فما فوق	3.13	0.52		

قيمة ت الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.01

يبين الجدول (10) قيم المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاختبار ت للرضا الحركي تبعا لمتغير الوزن للإناث وتبين قيمة ت المحسوبة والبالغة 1.94 عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الرضا الحركي عند مستوى 0.05 بين الإناث تعزى لمتغير الوزن حيث كانت قيمة ت المحسوبة أقل من القيمة الجدولية .

جدول (11) تحليل التباين الاحادي للرضا الحركي للذكور تبعا لمتغير المرحلة الدراسية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
بين المجموعات	5.82	3	1.94	14.19	0.000
داخل المجموعات	8.20	60	0.14		
الكلي	14.01	63			

قيمة ف الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.76

يبين الجدول (11) نتائج تحليل التباين الاحادي للرضا الحركي للذكور تبعا لمتغير المرحلة الدراسية وتشير قيمة ف المحسوبة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المراحل الدراسية الاربعة في مستوى الرضا الحركي حيث بلغت قيمة ف المحسوبة 14.19 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى 0.05 ولمعرفة دلالة هذه الفروق لصالح اي مرحلة فقد تم استخدام اختبار شيفية(sheffe) للمقارنات البعدية حيث يبين الجدول(12) التالي نتائج هذا الاختبار.

جدول (12) اختبار شيفيه للمقارنات البعدية

لتحديد مصادر الفروق الدالة للرضا الحركي موزعا حسب متغير المرحلة الدراسية للذكور

المرحلة	المتوسط	ثانية	ثالثة	رابعة
أولى	3.28	*0.55−	*0.69−	0.26−
ثانية	3.83	−	0.14−	0.29
ثالثة	3.97		−	0.43
رابعة	3.54			−

يبين الجدول (12) نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية لتحديد مصادر الفروق الدالة للرضا الحركي موزعا حسب متغير المرحلة الدراسية ومن خلال استعراض قيم فروق المتوسطات نجد ان دلالة الفروق كانت بين المرحلة الأولى من جهة والمرحلتين الثانية والثالثة من جهة أخرى وأن هذه الدلالة كانت في صالح طلبة المرحلتين الدراسيتين الثانية (3.83) والثالثة (3.97) على التوالي.

جدول (13) تحليل التباين الاحادي للرضا الحركي للإناث تبعا لمتغير المرحلة الدراسية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
بين المجموعات	5.10	3	1.70	5.29	0.003
داخل المجموعات	17.02	53	0.32		
الكلي	22.12	56			

قيمة ف الجدولية عند مستوى 0.05 = 2.78

يبين الجدول (13) نتائج تحليل التباين الأحادي للرضا الحركي للإناث تبعا لمتغير المرحلة الدراسية وتشير قيمة ف المحسوبة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات المراحل الدراسية الأربع في مستوى الرضا الحركي حيث بلغت قيمة ف المحسوبة 5.29 وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى 0.05

ولمعرفة دلالة هذه الفروق في صالح طالبات اي مرحلة دراسية فقد تم استخدام اختبار شيفية للمقارنـــات البعدية حيث يبين الجدول(14) التالي نتائج هذا الاختبار.

جدول (14) اختبار شيفيه للمقارنات البعدية لتحديد

مصادر الفروق الدالة للرضا الحركي موزعا حسب متغير السنة الدراسية لعينة الإناث

السنة	المتوسط	ثانية	ثالثة	رابعة
أولى	3.54	0.12	0.44	*1.16
ثانية	3.42		0.32	*1.04
ثالثة	3.10			0.72
رابعة	2.38			–

يبين الجدول (14) نتائج اختبار شيفيه للمقارنات البعدية لتحديد مصادر الفروق الدالة للرضا الحركي موزعا حسب متغيرالمرحلة الدراسية ومن خلال استعراض قيم فروق المتوسطات نجد ان دلالة الفـــروق كانت بين طالبات المرحلة الرابعة من جهة وطالبات المرحلتين الأولى والثانية من جهة أخرى وأن هـــذه الدلالة كانت في صالح طالبات المرحلتين الأولى (3.54) والثانية (3.42) على التوالي.

جدول (15) معامل ارتباط بيرسون بين الرضا الحركي ومسابقات ألعاب القوى للذكور

الفعالية	المتوسط	الإنحراف	معامل الالتواء	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
عدو 100	13.82	0.66	0.25	0.40–	0.001
وثب طويل	4.84	0.40	0.39–	0.49	0.000
دفع كرة حديدية	8.05	1.54	0.16–	0.30	0.018
قذف قرص	19.62	4.39	2.39	0.22	0.088
110 م حواجز	20.18	1.16	1.07	0.28–	0.024

قيمة معامل الارتباط عند مستوى 0.05 = 0.250

يبين الجدول(15) نتائج معامل ارتباط بيرسون بين الرضا الحركي وفعاليات ألعاب القوى للذكور وباستعراض قيم معاملات الارتباط نجد انها ترأوحت ما بين – 0.28 إلى 0.49 وهذه القيم دالة إحصائيا اذ انها تجأوزت القيمة الحرجة (الجدولية) لمعامل الارتباط البالغة 0.250 مما يعكس وجود علاقة بين الرضا الحركي ومسابقات ألعاب القوى عند الذكور باستثناء مسابقة قذف القرص التي بلغ معامل الارتباط فيها 0.22 حيث تعد هذه القيمة غير دالة إحصائيا لأنها أقل من القيمة الجدولية وقد بلغ أعلى ارتباط بين الرضا الحركي ومسابقة الوثب الطويل 0.49 بينما كان أقل ارتباط دال إحصائيا بين الرضا الحركي و 110 م حواجز.

جدول (16) نتائج معامل ارتباط بيرسون بين الرضا الحركي ومسابقات ألعاب القوى للإناث

الفعالية	المتوسط	الانحراف	معامل الالتواء	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
عدو 100	18.40	2.10	0.80	0.49 –	0.000
وثب طويل	3.12	0.45	0.19	0.58	0.000
دفع كرة حديدية	5.84	1.37	1.29	0.48	0.000
قذف قرص	12.84	3.12	0.00	0.41	0.002
100 م حواجز	26.00	3.13	0.11–	0.59 –	0.000

قيمة معامل الارتباط عند مستوى 0.05 = 0.266

يبين الجدول(16) نتائج معامل ارتباط بيرسون بين الرضا الحركي وفعاليات ألعاب القوى للإناث وباستعراض قيم معاملات الارتباط نجد أنها ترأوحت ما بين 0.41 إلى – 0.59 وتعد هذه القيم دالة إحصائيا إذ أنها تجأوزت القيمة الحرجة (الجدولية) لمعامل الارتباط البالغة 0.266 مما يعكس وجود علاقة بين الرضا الحركي ومسابقات ألعاب القوى عند الإناث وقد بلغ أعلى ارتباط بين الرضا الحركي ومسابقة 100 م حواجز – 0.59 بينما كان أقل ارتباط دال إحصائيا بين الرضا الحركي وقذف القرص 0.41 .

ثانياً: مناقشة النتائج

للإجابة على التساؤل الأول من تساؤلات الدراسة والذي ينص على " ما مستوى الرضا الحركي عند طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية للذكور والإناث ".

بالنسبة لمستوى الرضا الحركي لدى الذكور أشارت نتائج الجدول(4) إلى ان قيم المتوسطات الحسابية لفقرات المقياس لفئة الذكور ترأوحت بين (2,78 و 4,47) وبمتوسط كلي للرضا الحركي 3,55 وبنسبة مئوية 71%، وبالرجوع إلى تصنيف درجات المقياس نجد أن أغلب استجابات الذكور لعبارات مقياس الرضا الحركي كانت بين 60% إلى 80%، وبمجموع كلي للرضا الحركي بدرجة عالية، وهذه النتيجة تعطي مؤشراً إلى امتلاك أفراد عينة الذكور إلى مفهوم ايجابي تجاه الرضا الحركي مما يعطي مؤشر الرضا التام تقريباً لديهم.

ويتضح كذلك من الجدول(4) بأن العديد من فقرات المقياس لدى الذكور قد حققت وسجلت درجات عالية من الرضا لديهم، إذ إن الفقرة (23) والتي تنص على " أستطيع حفظ توازني أثناء المشي " قد حققت أعلى متوسط حسابي وهو (4,47) وبنسبة مئوية (89,4%)، وهو ما يمثل رضا عالي جداً للذكور تجاه هذه الفقرة، حيث يرى الباحث بأن الطلبة الذكور على دراية بأن المشي من أسهل الحركات الأساسية لدى الانسان فلذلك يعرف الطلاب أنهم على مقدرة عالية لحفظ توازنهم عند أداء هذه الحركة السهلة بالنسبة لهم.

وكذلك نرى من الجدول(4) بأن الفقرة (24) والتي تنص على "لي قدرة على التحرك برشاقة على ايقاع الموسيقى" قد حققت أقل رضا لدى الذكور بمتوسط حسابي (2,78) وبنسبة مئوية (55,6%) وهي نسبة قليلة بين فقرات المقياس، ويعزو الباحث ذلك بأن الطلبة الذكور في كلية التربية الرياضية يعتقدون بأن الحركات التي تتطلب ايقاع موسيقي هي خاصة للإناث وليس خاصة بهم.

اما بالنسبة لمستوى الرضا الحركي للإناث فقد أشارت نتائج الجدول (5) إلى أن قيم المتوسطات الحسابية لفقرات المقياس المستخدم للرضا الحركي ترأوحت ما بين (2,46 و 4,79) وبالنسبة لمتوسط المجموع الكلي للرضا الحركي قد بلغ (3,31) وبنسبة مئوية (66,2%)، وعند الرجوع إلى تصنيف درجات المقياس نجد بأن استجابات الإناث لفقرات المقياس كانت ما بين قليلة وعالية جداً، وبمجموع كلي للرضا الحركي بدرجة متوسطة.

وكذلك يتضح من الجدول (5) بأن الفقرة (24) والتي تنص على "لي القدرة على التحرك برشاقة على ايقاع الموسيقى" من فقرات المقياس قد نالت رضا عالياً جداً لدى الإناث بمتوسط حسابي (4,79) وبنسبة مئوية (95,8%) وهي نسبة عالية جداً بين فقرات المقياس، حيث ترى الطالبات بأن الحركات التي تتطلب

أدائها إلى ايقاع موسيقي هي خاصة بهن وليس للذكور، ولديهن المقدرة على التحرك وأداء الحركات بصورة رشيقة مع إيقاع الموسيقى أكثر من الذكور وخاصةً بأن بعض المساقات في كلية التربية الرياضية مثل حركات الإيقاع هي مخصصة للإناث فقط وليس للذكور ولذلك يرى الباحث بأن هذه الفقرة من فقرات المقياس أعلى رضا لدى طالبات كلية التربية الرياضية.

ويلاحظ كذلك من الجدول (5) بأن الفقرة (16) والتي تنص على "أستطيع أداء الحركات البدنية العنيفة" قد احتلت أقل رضا لدى الطالبات بمتوسط حسابي (2,46) وبنسبة مئوية (49,2%) وهي نسبة قليلة بين درجات المقياس، ومن ذلك يتضح بأن الإناث في كلية التربية الرياضية ميلهم ودافعهم نحو الحركات القوية والعنيفة ضعيف لاعتقادهن بأن مقدرتهن لاتسمح على أداء الحركات والأنشطة الحركية العنيفة مثل الذكور وهذا ما يعكس عدم رضاهم تجاه هذه الفقرة من فقرات المقياس، وهذا ما يتفق مع دراسة(الشيخو وحسين 2002).

وهذا ما اشار اليه فوكس Fox (1997) بأن معظم الإناث أقل ميلاً وليس لديهن الدافع القوي لممارسة الانشطة الرياضية العنيفة والتي تتطلب مجهوداً بدنياً عالياً ويكون توجه معظمهم تجاه الانشطة التي تتطلب الرشاقة والخفة بالحركة.

وللإجابة على التساؤل الثاني من تساؤلات الدراسة والذي ينص على "هل توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الرضا الحركي بين طلبة كلية التربية الرياضية تبعاً لمتغير الجنس".

أشارت نتائج الجدول (6) إلى وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى الرضا الحركي بين الذكور والإناث من طلبة كلية التربية الرياضية، حيث كانت الدلالة لصالح الذكور، وقد بلغ متوسط الرضا الحركي الكلي للذكور (3,55) وبنسبة مئوية (71%)، أما بالنسبة للإناث فقد كان متوسط الرضا الحركي الكلي لديهن (3,31) وبنسبة مئوية (66,2%)، وهذا يعطينا نتيجة واضحة إلى الرضا العالي لدى الذكور وثقتهم بقدراتهم الحركية أكثر من الإناث تجاه ممارسة الأنشطة الحركية.

ويعزو الباحث هذه النتيجة بأن معظم المساقات العملية وخاصة مساقات ألعاب القوى هي مساقات مختلطة للذكور والإناث معاً وهذا ما يولد لدى الإناث من الناحية النفسية ضعف تجاه رضاهم عن الأداء مقارنة بالذكور.

وهذا ما أشار إليه (الضمد 2003) بأن مقارنة الإناث أدائهم الحركي بالنسبة للذكور يسبب بعض الاحباط والكآبة والتوتر لديهن وعدم ثقتهن بأدائهن.

للاجابة على التساؤل الثالث من تساؤلات الدراسة والذي ينص على" هل توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الرضا الحركي تبعاً لمتغير الطول والوزن للذكور وللإناث.

يتبين من الجدول (7) والجدول (8) نتائج اختبار ت للرضا الحركي تبعاً لمتغير الطول لدى الذكور والإناث على التوالي، حيث أشارت نتائج الجدول (7) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الحركي بين الذكور تعزى لمتغير الطول، وكذلك أشارت نتائج الجدول (8) إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا في الرضا الحركي بين الإناث تعزى لمتغير الطول.

وكذلك يتضح من الجدول (9) والجدول (10) واللذان يمثلان نتائج اختبار ت للرضا الحركي تبعاً لمتغير الوزن لدى الذكور ولدى الإناث على التوالي، حيث أشارت نتائج الجدولين إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الحركي لابين الذكور ولا بين الإناث كذلك تعزى لمتغير الوزن.

حيث يعزو الباحث ذلك بأن الرضا الحركي لدى الطلبة في كليات التربية الرياضية لا يأتي عن طريق مؤشر الطول أو الوزن إنما عن رضاه عن أدائه الفني في مختلف الأنشطة الرياضية التي يمارسها ويتعلمها ولذلك ليس لمفهوم الطول والوزن علاقة في مجال مستوى الرضا لديهم، حيث أن كل لعبة من الألعاب الرياضية أو كل فعالية من فعاليات ألعاب القوى بشكل خاص لها متطلباتها الجسمية المختلفة من حيث الطول والوزن، فلذلك يكون الرضا نابع عن المستوى الرياضي الذي وصل إليه والإنجاز الذي حققه إن كان ذلك من الناحية الفنية أو البدنية ومن هنا يرى الباحث بأن ليس للطول والوزن علاقة في مفهوم الطلبة لرضاهم الحركي، وانما من الممكن أن يكون العلاقة الأكبر للطول والوزن بمفهومهم تجاه ذاتهم الجسمية أكثر من الحركية.

وهذا ما أشار إليه (راتب 2001) بأن لمؤشر الطول والوزن أهمية كبيرة وواضحة لدى الفرد في تحديد مفهومه لجسمه وذاته. وهذا ما أكده (الطالب 1992) بأن الرضا الحركي مرتبط بالمستوى الرياضي والمهاري في مختلف الأنشطة الرياضية.

وللإجابة على التساؤل الرابع من تساؤلات الدراسة والذي ينص على "هل توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الرضا الحركي تبعاً لمتغير مستوى المرحلة الدراسية للذكور والإناث".

بالنسبة للذكور يتضح من الجدول(11) وجود فروق في مستوى الرضا الحركي لدى الطلبة الذكور تعزى لمتغير مستوى المرحلة الدراسية بين طلاب المراحل الدراسية الأربع، ومن خلال الجدول (12) تشير قيمة ف المحسوبة إلى وجود فروق دالة إحصائيا في الرضا الحركي بين طلاب مستوى المرحلة الأولى من جهة وطلاب مستوى المرحلة الثانية ومستوى ثالثة من جهة أخرى، حيث كانت الدلالة لصالح طلاب المرحلة الدراسية الثانية والثالثة على التوالي.

ومن هذه النتيجة يرى الباحث بأن طلاب المراحل الدراسية المتقدمة (الثانية والثالثة) قد تعرضوا خلال دراسة المواد العملية لخبرات نجاح وقد طوروا من قدراتهم المهارية من خلال التطبيقات العملية وهذا ما انعكس على الجوانب النفسية لديهم وبالتالي أدى إلى الشعور بالرضا الحركي أكثر من طلاب السنة الأولى والذين لم يدخلوا غمار المواد العملية بصورة كافية حتى يتعرفوا على قدراتهم الحركية أكثر.

وهذا ما أشار إليه كل من (فوزي 2006) و (علأوي 1997) حيث أن اتضاح الهدف الحركي ومكوناته في ذهن الفرد تمكنه من تصوره وبالتالي تحقيقه، ونجاح أو فشل اللاعب خلال محأولاته المتكررة لأداء المهارة الحركية يتوقف على مدى العناية والدقة في تحديد ووضوح الهدف الحركي ولذلك فهم المتعلمين للهدف يؤدي إلى رضاهم ونجاحهم.

أما بالنسبة للإناث فيتضح من الجدول(13) وجود فروق في مستوى الرضا الحركي تعزى لمتغير المرحلة الدراسية بين طالبات المراحل الدراسية الأربعة، ومن خلال الجدول (14) تشير قيمة ف المحسوبة إلى وجود فروق دالة إحصائيا في مستوى الرضا الحركي بين طالبات المرحلة الرابعة من جهة وطالبات المرحلتين الأولى والثانية من جهة أخرى، حيث كانت الدلالة لصالح طالبات المرحلة الأولى والثانية على التوالي.

ويعزو الباحث السبب في أن طالبات المراحل الأولى من الدراسة أكثر رضا حركي قد يعود إلى أن لديهن الاندفاع الزائد والحماس والاحساس بالطموح والاستعداد لبذل الجهد وبالتالي من الممكن أن يولد عندهن الرضا الحركي المبدئي حيث أنهن لم يتعرضن لخبرات سابقة قبل بدء دراستهن في كليات التربية الرياضية، اما بالنسبة لطالبات السنة الرابعة حيث أن مستوى الرضا الحركي متدنٍ لديهن يعزو الباحث ذلك قد يكون تعرض هذه الفئة من الطالبات لخبرات فشل وضغوطات خلال تعلمهم المهارات الحركية الصعبة والعنيفة هذا ما أوجد لديهم عدم الرضا التام عن الأداء وهذا ما انعكس بصورة سلبية على مفهومهم الحركي وزاد من التوتر بالتالي كان له مردود سلبي على تقديرهن لرضاهم الحركي نتيجة العبء الواقع عليهن للإنجاز. وهذا ما اتفق مع دراسة (الشيخو وحسين 2002).

وهذا ما اتفق عليه كل من مارش Marsh (1996) و(علأوي 1997) بأن النجاح الدائم يدفع من مستوى الطموح والرضا أما كثرة الفشل أو التعرض له في الحالات الحركية تعمل على خفض الطموح وبالتالي نقص في الرضا لدى الفرد .

وكذلك هذا أيضاً ما اتفق مع دراسة (العزب 1981) حيث أشارت إلى أن الطالبات الأكثر رضا أكثر طموحاً.

وللإجابة على التساؤل الخامس من تساؤلات الدراسة والذي ينص على "هل توجد علاقة دالة إحصائيا بين مستوى الرضا الحركي والمستوى الرقمي في بعض مسابقات ألعاب القوى للذكور وللإناث.

بالنسبة للذكور يبين الجدول (15) نتائج معامل ارتباط بيرسون بين مستوى الرضا الحركي والمستوى الرقمي لفعاليات ألعاب القوى، حيث أشارت النتائج إلى وجود ارتباط دال إحصائيا بين الرضا الحركي وبين مسابقات عدو 100م والوثب الطويل ودفع الكرة الحديدية و 110م. حواجز، ولم يكن هناك ارتباط للرضا الحركي مع مسابقة قذف القرص، وكذلك أشارت نتائج الجدول(15) إلى أن أعلى ارتباط دال كان بين الرضا الحركي للذكور ومسابقة الوثب الطويل، وأقل ارتباط كان للرضا مع مسابقة 110م.حواجز.

وهذا يعطي لدينا مؤشر إلى امتلاك الطلبة الذكور لرضا عن حركاتهم البدنية إيجابي ساعد على تحقيق ارتباط وعلاقة بالمستوى الرقمي وانجاز جيد في مسابقات ألعاب القوى.

أما بالنسبة للإناث فيتضح من الجدول (16) إلى وجود ارتباط دال إحصائيا بين الرضا الحركي للطالبات ومسابقات ألعاب القوى،عدو 100م والوثب الطويل ودفع الكرة الحديدية ورمي القرص و100م. حواجز، وهذا مؤشر واضح إلى امتلاك الإناث لمفهوم ايجابي تجاه حركاتهم وبالتالي أدى إلى الرضا لديهن مما تحقق وجود علاقة ارتباط بالمستوى الرقمي لمسابقات ألعاب القوى.

حيث تتفق هذه النتائج مع دراسة (حكيم 1990) حيث اشار إلى وجود علاقة ارتباط دالة إحصائيا بين مؤشرات الرضا الحركي وبين معظم الألعابالرياضية (كرة اليد وكرة السلة وكرة الطائرة والجمباز والملاكمة ورفع الاثقال وتنس الطأولة وكذلك فعاليات ألعاب القوى).

وكذلك تتفق هذه النتيجة مع دراسة (العزب 1981) حيث أشارت إلى وجود علاقة ارتباط دالة إحصائيا بين الرضا الحركي وتحصيل الطلبة.

الاستنتاجات

في ضوء اهداف وتساؤلات الدراسة توصل الباحث إلى النتائج التالية:

1- مستوى الرضا الحركي للطلاب الذكور في كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية يتميز بدرجة عالية.
2- مستوى الرضا الحركي للإناث في كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية يتميز بدرجة متوسطة.
3- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الحركي تعزى لمتغير الجنس حيث كانت الدلالة لصالح الذكور من الطلبة.
4- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرضا الحركي تعزى لمتغير الطول والوزن لدى الطلبة الذكور ولدى الإناث كذلك.

5- وجود علاقة ارتباط دالة إحصائيا بين مستوى الرضا الحركي للذكور وبين المستوى الرقمي لمسابقات ألعاب القوى عدو 100م والوثب الطويل ودفع الكرة الحديدية و110م.حواجز.

6- وجود علاقة ارتباط دالة إحصائيا بين مستوى الرضا الحركي للإناث وبين المستوى الرقمي لمسابقات ألعاب القوى، عدو 100م والوثب الطويل ودفع الكرة الحديدية وقذف القرص و100م. حواجز.

التوصيات

في ضوء أهداف ونتائج الدراسة التي تم التوصل اليها يوصي الباحث:

1- التأكيد على ضرورة الاهتمام بالإعداد النفسي لطلبة كليات التربية الرياضية لدوره في تحقيق تعلم المهارات الحركية المختلفة ومن ضمنها مسابقات ألعاب القوى.

2- الإطلاع على المشكلات التي تشكل لدى الطلبة في كليات التربية الرياضية درجة رضا منخفضة والابتعاد عنها.

3- تشجيع الطلبة على الاشتراك في مختلف الأنشطة الرياضية التي تمدهم بخبرات نجاح عالية.

4- توجيه الطلبة إلى كيفية تقديرهم لذاتهم وزيادة الدافع عندهم لرفع الرضا الحركي لدوره في التحصيل والانجاز في مختلف الأنشطة الرياضية.

المراجع

إبراهيم، هاشم. (1995) . "مؤشر الرضا الحركي لدى تلاميذ مرحلة التعليم الأساسي". مجلة دراسات، المجلد(22)أ، العدد الأول، الجامعة الأردنية. عمان.

حكيم، فؤاد رزق . (1990). "مؤشرات الرضا الحركي للاعبين الناشئين بمراكز التدريب في مصر". المؤتمر العلمي الأول للتربية البدنية وعلومها، المجلد الثالث، جامعة الزقازيق. مصر.

الحياني، محمد خضر. والخشاب، زهير قاسم. (2005). "بناء مقياس للرضا الحركي في المهارات الأساسية لدى لاعبي كرة القدم الناشئين". مجلة التربية الرياضية، العدد الثاني، جامعة الموصل.

الحياني، محمد خضر. (1998). "أثر أسلوب المنافسات والتغذية الراجعة المقارنة في الرضا الحركي والتحصيل بكرة القدم". رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل.

راتب، أسامة كامل. (2001). الإعداد النفسي للناشئين، (دليل للإرشاد والتوجيه للمدربين – الإداريين – أولياء الأمور) . دار الفكر العربي. القاهرة.

الربضي، كمال جميل. (2000). الجديد في ألعاب القوى. الجامعة الأردنية. عمان، الأردن.

زيد،حسن أحمد،درويش،نظمي محمد، (1985)، الفروق في مفهوم الذات الجسمية تبعاً للمستوى الرقمي لدى لاعبي الرمي في ألعاب القوى، بحوث المؤتمر الدولي الرياضة للجميع في الدول النامية،المجلد "4"،جامعة حلوان – القاهرة.

الشيخو، خالد فيصل. وحسين، آلاء عبدالله. (2002). "دراسة الفروق في مستوى الرضا الحركي في مادة ألعاب الساحة والميدان بين طالبات كلية التربية الرياضية – جامعة الموصل . بحث منشور . مجلة التربية الرياضية، المجلد(11)، العدد(2)، جامعة الموصل.

الضمد، عبدالستار جبار. (2003) . علم النفس في الرياضة . دار الخليج، عمان.

الطالب، نزار مجيد . والويس، كامل طه. (1992) . علم النفس الرياضي . دار الحكمة، بغداد.

العزب ميرفت سليم. (1981). "الرضا عن مادة السباحة بكليات التربية الرياضية وعلاقته ببعض المتغيرات". رسالة ماجستير غير منشورة. كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة. جامعة حلوان.

علأوي، محمد حسن. (1998) . موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين. الطبعة الأولى، مركز الكتاب للنشر. القاهرة.

علأوي، محمد حسن. (1997). علم نفس المدرب والتدريب الرياضي. الطبعة الأولى. دار المعارف. القاهرة .

علأوي، محمد حسن. (1977). سيكولوجية التدريب والمنافسات . دار المعارف، القاهرة .

فوزي، احمد أمين. (2006) . مبادئ علم النفس الرياضي – المفاهيم – التطبيقات. الطبعة الثانية، دار الفكر العربي. القاهرة .

محمد،عفاف محمود . (1984). "الرضا عن مهنة التربية الرياضية وعلاقتها بمستوى الطموح وبعض المتغيرات لدى معلمات المرحلة الابتدائية". المؤتمر العلمي الخامس للتربية البدنية والرياضة،كلية التربية الرياضية للبنات بالقاهرة . جامعة حلوان . مصر.

محمود، سمير طه . (1989) . "بناء مقياس الرضا الحركي لمتسابقي الميدان والمضمار" . مجلة علوم وفنون الرياضة. المجلد الأول، العدد 2. كلية التربية الرياضية للبنات، القاهرة، جامعة حلوان.

المهندس، سهير مصطفى. (1990) ."تأثير برنامج تربية حركية مقترح على الرضا الحركي وبعض مكونات الأداء الحركي لدى تلاميذ وتلميذات المرحلة الابتدائية". المؤتمر العلمي الأول للتربية البدنية وعلومها، المجلد الثاني، كلية التربية الرياضية للبنات . جامعة الزقازيق.

Fox. K. (1997). The physical self – from motivation to well being. Human Kinetcs .

Marsh. H. W. (1996). Construct validity of physical self – Description Questionnaire responses: Relations to external criteria. Journal of sport and Exercise psychology, 18.